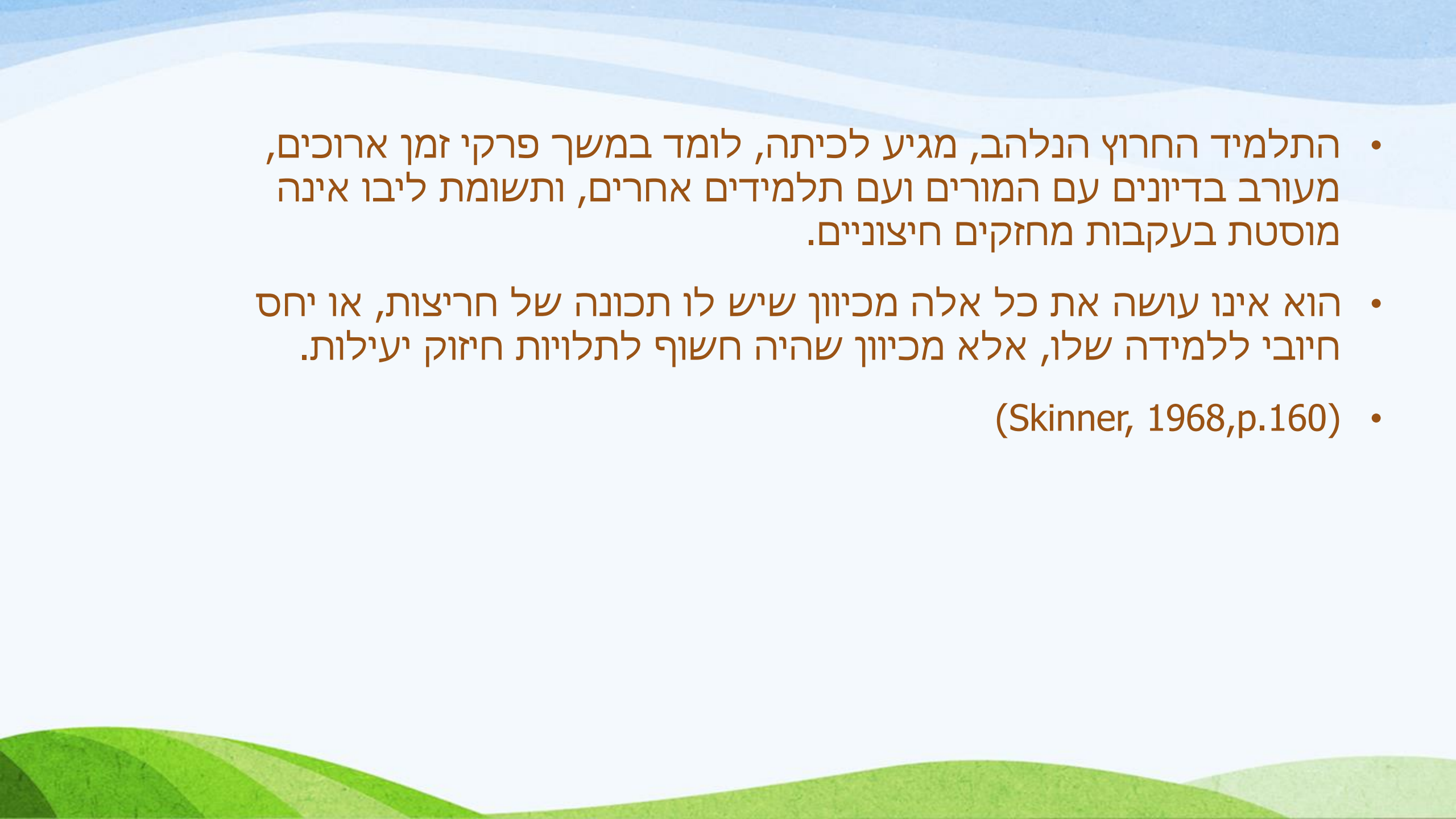


מוטיבציה



לידיה ג'אן
מדריכה מחוזית לניתוח התנהגות
מדריכה במטה מטעם האגף לחינוך מיוחד



- התלמיד החרוץ הנלהב, מגיע לכיתה, לומד במשך פרקי זמן ארוכים, מעורב בדיונים עם המורים ועם תלמידים אחרים, ותשומת ליבו אינה מוסטת בעקבות מחזקים חיצוניים.

- הוא אינו עושה את כל אלה מכיוון שיש לו תכונה של חריצות, או יחס חיובי ללמידה שלו, אלא מכיוון שהיה חשוף לתלויות חיזוק יעילות.

- (Skinner, 1968,p.160)

שאלות כלליות



- מהי מוטיבציה? למה הכוונה?
- **"היא/הוא תצליח כי יש לה מוטיבציה?"**
- מהו רצון להצליח?
- היכן נמצא כוח הרצון?
- כיצד ניתן לשנות את כוח הרצון?
- מדוע משתנה עצמת ההתנהגות שלנו ממצב למצב?
- מתי תהיה מוטיבציה גבוהה יותר – כאשר יש התייחסות להתנהגות כל פעם שהיא מתרחשת, או כאשר ישנה התייחסות מזדמנת?

• <https://www.youtube.com/watch?v=Uwmv2cwDSz4>

• <https://www.youtube.com/watch?v=Yt9vNgS34u0>

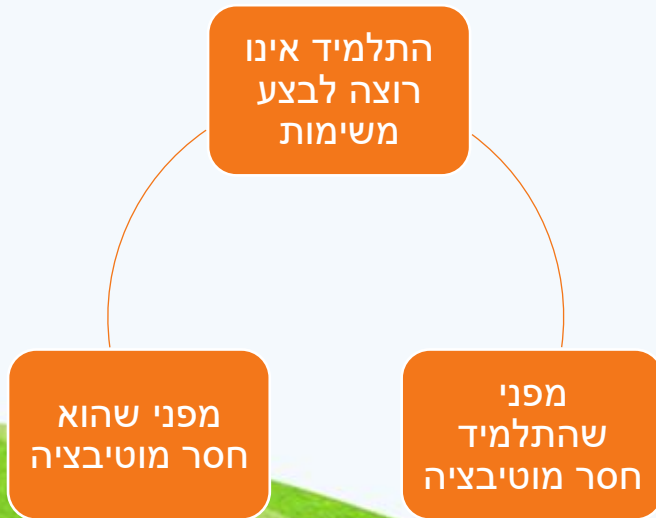
• <https://www.youtube.com/watch?v=YQTNIQAuaVs>

על מה נדבר היום?

- מונחים התנהגותיים להסבר המושג מוטיבציה
- גורמי מוטיבציה
- גורמים מעוררי מוטיבציה בסביבת הבית
- גורמים העשויים לעכב מוטיבציה בסביבת הבית
- הערכת מוטיבציה

הסבר מעגלי להסברת מוטיבציה

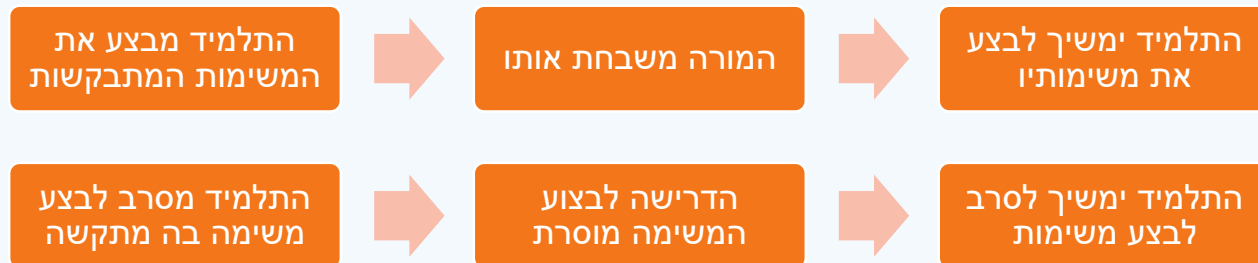
- הגדרת הרצון כגורם להתנהגות מהווה הסבר מעגלי בכך
- שהוא הופך את תיאור ההתנהגות לסיבה להתרחשותה
- בפועל, אין ביכולתנו לפעול ישירות על כח הרצון.
- דוגמאות להסבר מעגלי:



הסבר התנהגותי למוטיבציה

- הסבר אמפירי
- מבוסס על איתור קשר סיבתי בין ביצוע ההתנהגות המסוימת,
- בתנאים מסוימים, לבין זיהוי תוצאה שלווה התנהגות זו בעבר
- מסביר ביצוע התנהגות עכשווית בהתנסות עבר מוצלחת וסבירות חזרה על אותה התנהגות בעתיד, אם תמשיך ותלווה בתוצאה מחזקת בהווה

• דוגמאות:



מוטיבציה

- הגדרה
- מצב בו תדירות התנהגות או עוצמתה, מתגברת או נשמרת
- מוטיבציה אינה מתייחסת לאדם אלא לקבוצת תגובות של אדם מסויים

הגורמים לשינוי ההתנהגות או לשימורה אינם נעוצים במוטיבציה אלא בעקרונות ובהליכים התנהגותיים המהווים את תמציתו של ניתוח התנהגות

גורמי מוטיבציה

- תוצאה נעימה המלווה את ההתנהגות – חיזוק חיובי
- גירוי אזורסיבי המוסר בעקבות ההתנהגות – חיזוק שלילי
- איכות המחזקים
- מצבי חסך והצפה – תנאים מזמנים ומעכבים
- תנאים מניעים
- התנסויות העבר
- מיידיות החיזוק
- תזמוני חיזוק

תוצאה נעימה המלווה את ההתנהגות – חיזוק חיובי

- התנהגות המלווה בתוצאה נעימה, תתגבר בעתיד.
- כדי להגביר מוטיבציה יש לחזק התנהגות ביעילות.
- לעומת זאת, תוצאה אוורסיבית המלווה את ההתנהגות (ענישה) תפגע במוטיבציה לביצועה.

גירוי אוורסיבי המוסר בעקבות ההתנהגות – חיזוק שלילי

- התנהגות הגורמת הקלה, ומשחררת את האדם ממצבים ומגירויים אוורסיביים, תתגבר בעתיד.
- ה"מוטיבציה" תתחזק, כדי להסיר מצבים מאיימים.
- שימוש מופרז במחזקים שליליים, עלול לפגוע במוטיבציה.

איכות המחזקים

- התנהגות המלווה במחזקים רבי עוצמה תתגבר
- למשל, פרס כספי גבוה, גורם לספורטאים להתאמץ כדי לנצח (מוטיבציה), תלמידים ילמדו ביעילות אצל מורה מרתקת, המחזקת בצורה יעילה (מוטיבציה)
- לעומת זאת, הפחתה בערך המחזקים, למשל הורדת שכר, השארת תלמיד באופן שיטתי על חשבון זמן פעילות פנאי כגון, מחשב תפגע במוטיבציה לביצוע העבודה/המשימה

מצבי חסך והצפה – תנאים מזמנים ומעכבים

- אלה מהווים חלק מהתנאים המניעים והם משפיעים על התרחשות ההתנהגות ועל איכות המחזקים.
- למשל, אכילת ממתקים במהלך היום (הצפה) עלולה לפגוע ב"מוטיבציה" של הילד לאכול ארוחת ערב.
- פרקי זמן ארוכים בין ארוחה לארוחה ללא אכילה כלשהי (חסך) יגבירו את כמות המזון שהילד יאכל, ואולי אפילו ירקות שאינם חביבים עליו.
- לאחר חורף שלם שלא הלכנו לים, גדולה "המוטיבציה" לעשות זאת מיד עם השינוי במזג האוויר

תנאים מניעים

- בנוסף למצבי חסך והצפה, משפיעים תנאי הסביבה על יעילותם של מחזקים מסויימים ועל התדירות המיידית של התנהגות המחזקת
- (Keller&Schoenfeld, 1950; Micheal, 1993)
- למשל, כאשר התלמידים עייפים מאוד, סביר להניח שהמוטיבציה שלהם ללמידה תהיה נמוכה, כאשר אנחנו יוצאים ממקום מלא עשן, השפעת האוויר הצח תהיה מחזקת ביותר, כאשר מרגיזים את הילד, ומספרים לו כיצד חברו התבטא כלפיו, הוא עלול להגיב בחמרה יתרה.
- מצבים רגשיים בהם נתון האדם, משפיעים גם הם על יעילות החיזוק
- (Skinner, 1953)

התנסויות העבר

- התנסויות מוצלחות בעבר, יגבירו את "המוטיבציה" לביצוע התנהגות מסויימת.
- לדוגמה, ילדים נוטים לשחק יותר במשחקים שהם מכירים – במשחקים האלה, המיומנות גבוהה יותר, ולכן הסבירות לחיזוק גדלה.
- לעומת זאת, משחק חדש בו אינם בקיאים, והתנהגותם עלולה אף להיות מלווה במעניש (חוסר הצלחה), אנו מעדיפים ללכת להופעה של להקה שאת שיריה אנחנו מכירים, מאשר ללכת להופעה בה מנוגנת מוזיקה בלתי מוכרת

מיידיות החיזוק

- חיזוק מיידי מגביר את תדירות ההתנהגות ואילו חיזוק מעכב הניתן לאחר פרק זמן מסוים מביצוע ההתנהגות, עשוי להוביל לתדירות נמוכה יותר של ההתנהגות

תיזמוני חיזוק

- הצורה שבה מאורגנים החיזוקים, המינון בו הם ניתנים וקשר הזמן שלהם עם ההתנהגות משפיעים על "המוטיבציה"

משתנים בסביבת הבית העשויים להשפיע על מוטיבציה

- גישה ללא הגבלה לפעילויות מהנות
- לדוגמה: מחשב, טלפון נייד, אוכל, פטפוט עם בני המשפחה, זמינות הזדמנויות למנוחה
- העדר גבולות וסדר יום
- העדר דמות תומכת
- חוסר במיומנויות לניהול עצמי
- העדר טכנולוגיה תומכת למידה מרחוק
- העדר סביבה תומכת
- לדוגמה: פינת למידה, סביבה שקטה, ציוד מתאים
- קושי אובייקטיבי בביצוע משימות

משתנים בסביבת הבית העשויים להשפיע על מוטיבציה

משתנים העשויים לעכב מוטיבציה	משתנים מניעי מוטיבציה
גישה בלתי מותנית למחזקים מתחרים לדוגמה: מחשב, טלפון נייד, אוכל, פטפוט עם בני המשפחה, זמינות הזדמנויות למנוחה	התניית גישה לפעילויות מהנות בהשתתפות בשיעורים המתוקשבים לפי המערכת, מתן גישה רק בסיום הכנת משימות חיזוק חיזוק חיזוק בכל פעם שהתלמיד משתף פעולה, לדאוג לחזק מילולית, לדאוג לחזק בפעילות שהתלמיד מעדיף.. כגון: זמן נוסף לפני שינה, תכנית נוספת אהודה, זמן איכות עם ההורים...
העדר גבולות וסדר יום	יצירת שגרה קבועה עם פעילויות חוזרות בדומה לימי בית הספר קימה בשעה קבועה, התארגנות בוקר (שטיפת פנים, החלפת בגדי הלילה, ארוחת בוקר, כניסה למשימות לימודיות, זמן פנאי, ארוחת צהריים, השלמת משימות שנותרו, זמן פנאי (אפשר לכלול בשלב זה קריאת ספר, כתיבה, סרטון חינוכי, שיח עם ההורים המשתף בתחושות...), ארוחת ערב, מקלחת, התארגנות ליום המחרת (ציוד תואם, בדיקת המשימות המתבקשות), שינה בשעה קבועה... חיזוק חיזוק חיזוק
העדר דמות תומכת	חלוקת זמנים בהם אחד ההורים או שניהם נותנים מענה מתוכנן לילד לפי זמינות ויכולת (רגשי, לימודי ועוד...) להכנס לאתר הכיתתי ולסייע לילד בהתאם למתבקש, בקשת סיוע במידת הצורך מהמחנכת
חוסר במיומנויות לניהול עצמי	לעודד את הילדים לצרוך עזרה מהמורה ומחברים ללמוד את יכולות הילד (להעזר בצוות החינוכי) לתמוך בהתאם ליכולותיו על מנת לעודד למידה עצמאית ללגלות סבלנות במתן התמיכה, לוודא שלא ניתנת תמיכת יתר ובאופן הדרגתי להעביר אחריות לילד לדוגמה: משימות בהן הילד מגלה בקיאות, לדרוש שייעשה אותן באופן עצמאי, משימות מורכבות לילד, לסייע ובהדרגתיות להוריד תמיכה במקומות בהם ניתן חשוב להמנע מלהגיע למצבי תסכול אשר יגרמו לילד התנגדויות והמנעויות. חיזוק חיזוק חיזוק
העדר טכנולוגיה תומכת למידה מרחוק	פנייה לגורמים מתאימים ובקשת סיוע
העדר סביבה תומכת לדוגמה: פינת למידה, סביבה שקטה, ציוד מתאים	לקבוע מראש מקום קבוע בו תתקיים הלמידה יש לדאוג שהמקום יהיה עד כמה שאפשר נטול גירויים מסיחים למשל, רחוק מדלת, חלון, להמנע ככל הניתן בקיום פעילות מרעישה ליד הילד בזמן הלמידה
קושי אובייקטיבי בביצוע משימות	להעזר בגורמים המתאימים מבית הספר על מנת לוודא התאמת המשימות. בראש ובראשונה במחנכת הכיתה במידה והתלמיד מקבל שעות שילוב ממורת השילוב, או מגורמים נוספים כגון, תראפיה, ניתוח התנהגות יש להעזר בגורמים הללו כדי ליצור שיח אחיד, שיתוף וגיבוש דרכים לתמיכה וסיוע מהבית חיזוק חיזוק חיזוק

הערכת מוטיבציה

- מתי ניתן לומר שאדם מסוים מגלה מוטיבציה, או שאנו עדים להתרחשותה בפועל?
- המשתנים הקשורים בהגדרת המוטיבציה:
 - 1. תדירות ההתנהגות
 - 2. משך זמן ההתנהגות
 - 3. עוצמת ההתנהגות
 - 4. מהירות התגובה
 - 5. דרגת הקושי של ההתנהגות
 - 6. הנסיבות בהן התרחשה ההתנהגות
 - 7. ניסיונות העבר
 - 8. יכולת המתנהג

שם התלמיד:

פעילות נדרשת	מדדי מוטיבציה	פירוט
	תדירות התנהגות	מתקיימת בכל פעם שנדרשת?
	משך זמן התנהגות	כמה זמן?
	עוצמת ההתנהגות	בהתלהבות/בחוסר שקט?
	מהירות התגובה	תוך כמה זמן מתקיימת מרגע הינתן ההוראה?
	דרגת קושי של ההתנהגות	קלה\בינונית\קשה
	נסיבות בהן התרחשה ההתנהגות	באיזו סביבה\מתי?
	ניסיונות העבר	הצליח\לא הצליח בעבר?

הנחיות לעבודה סיכום

מטרת העבודה הינה תיעוד התמודדות מורה עם תלמיד המפגין התנהגות מאתגרת

שלבי העבודה:

- א. בחרי תלמיד מכיתתך המפגין התנהגות מאתגרת
- ב. הגדירי שתי התנהגויות יעד אותן תרצי להפחית/להגביר
- ג. צייני מהם ההליכים הנדרשים לצורך השינוי ההתנהגותי הנחוץ (באילו הליכי הגברה/הפחתה השתמשת ביישום)
- ד. תארי עם מי לאורך התהליך שיתפת פעולה (הורי התלמיד, צוות נוסף בבית הספר, גורמים בקהילה)
- ה. צרפי מערך שיעור לדוגמא הכולל הזדמנויות המשרתות את התנהגויות היעד.
- ו. רפלקציה – תארי את התהליך אותו עברת באופן אישי מה היו התחושות שלך בתחיל התהליך לעומת התחושות בסיומו, האם עברת שינוי בהתייחסות האישית שלך בהתמודדותך עם התנהגות מאתגרת, אילו שינויים ערכת בסביבת התלמיד על מנת לתרום להצלחת התהליך

אופן הגשת העבודה

- א. דף כריכה – שם העבודה ושם ההשתלמות, שם המרצה, שם מגיש העבודה ומועד ההגשה.
- ב. העבודה תכלול: תוכן עניינים, מבוא (תיאור התלמיד), גוף העבודה (סעיף ב'-ה') וסיכום (סעיף ו')
- ג. יש להקפיד על ציטוט מקורות, רשימה ביבליוגרפיה.

מחווין לבדיקת העבודה

קריטריונים			הערכה
מבוא (10%)	תיאור מקרה מקיף הכולל רקע על התלמיד בהיבט האקדמי ההתנהגותי והרגשי	גוף העבודה (80%)	10
גוף העבודה (80%)	הגדרת התנהגויות יעד מדידות בניסוח ספציפי וחיובי		20
	הליכי הגברה / הפחתה רלוונטיים להתנהגויות המוגדרות		40
	מערך שיעור/ הזדמנויות המשרתות את התנהגויות היעד והתאמתן לתלמיד		20
סיכום (10%)	חשיבה/תובנה על התהליך שעבר המורה לאורך התהליך		10

- ניתן לומר שמוטיבציה נמדדת בארבעת המשתנים הראשונים שהם מאפייני ההתנהגות.
- עלייה באחד מהם או ביותר, תעיד על מוטיבציה גבוהה יותר
- ארבעת המשתנים האחרונים הינם מדד לקושי או לרמת המורכבות, המאפיינים את ביצוע ההתנהגות. הם מעידים על הסיכוי שהיא תתרחש בתדירות גבוהה, או נמוכה יותר
- כמובן שליכולת המתנהג השפעה ישירה על מדדי ההתנהגות השונים.

דוגמאות למספר מצבי התנהגות והקשר שלהם לרמת מוטיבציה

- 1. התנהגות קבועה – חוזרת על עצמה בקצב שאינו משתנה
- לדוגמה: הגעה לעבודה מידי יום, הכנת אוכל מידי יום
- 2. התנהגות אהודה – מתרחשת בתנאים קלים לביצוע
- לדוגמה: הילד מכין שיעורי בית בתנ"ך ללא קושי הוא מבין את החומר הנלמד ומאוד אוהב את המקצוע
- 3. התנהגות לא אהודה\משעממת – מתרחשת בתנאים קלים
- לדוגמה: הילד מסדר את החדר
- במקרה זה, יש להפעיל גורמי מוטיבציה מתוכננים בידי ההורים לדוגמה: תוכל לצאת לחבר רק אחרי שתסדר את החדר
- 4. התנהגות קשה לביצוע – אינה מוכרת, מורכבת, דורשת מאמץ רב, וביצועה מלווה בתנאים אוורסיביים.
- לדוגמה: התלמיד צריך להשיג ציון גבוה במבחן בחשבון, הספורטאי פוגש מתחרים ברמה גבוהה יותר, התלמיד עובר לכיתה חדשה בה אינו מכיר תלמידים אחרים



תודה על ההקשבה מקרב

